

# **Äitien kokemuksia imetyskulttuurista**

**Melina Ruotsalainen**

Opinnäytetyö  
Toukokuu 2017  
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Kätilötyön suuntautumisvaihtoehto

Tekijä(t) Ruotsalainen, Melina	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä 8.5.2017
	Sivumäärä 40	Julkaisun kieli Suomi
		Verkkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi <b>Äitien kokemuksia imetyskulttuurista</b>		
Tutkinto-ohjelma Hoitotyön koulutusohjelma, kätilötyön suuntautumisvaihtoehto		
Työn ohjaaja(t) Elina Tiainen		
Toimeksiantaja(t)		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Kulttuuri ja siihen sisältyvä imetyskulttuuri elää ja muuttuu koko ajan muun kulttuurin sekä arvojen ja asenteiden ohella. Tästä johtuen imetystä ja imetyskulttuuria tutkivan materiaalin tuottaminen on perusteltua ja tärkeää.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata suomalaista imetyskulttuuria äitien kokemana. Opinnäytetyön tavoitteena on nostaa esiin ympäristöstä ja yhteiskunnasta imetystä tukevia ja haittaavia tekijöitä. Saatujen tietojen avulla ammattihenkilöt voivat jatkossa edistää imetystä ja parantaa imetysolosuhteita Suomessa.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena Webropol-verkkokyselyn avulla suljetussa Äitylit internet-yhteisössä. Tutkimustulosten mukaan imetys on laaja-alainen kokonaisuus, johon vaikuttavat henkilökohtaisten kokemusten ja tunteiden lisäksi ympäristön ja yhteiskunnan asenteet sekä yhteiskunnan ja läheisten tarjoama tuki. Tämän lisäksi äidit kokevat imetyksestä ja varsinkin julki-imetyksestä paineita, jotka heijastuvat yhteiskunnan ja ympäristön odotuksista imetystä kohtaan.</p>		
<p>Avainsanat (<u>asiasanat</u>)</p> <p>Imetys, imetyskulttuuri, kulttuuri, rintaruokinta, kokemus, tunteet, yhteiskunta, ympäristö</p>		
Muut tiedot		

Author(s) Ruotsalainen, Melina	Type of publication Bachelor's thesis	Date 8.5.2017
	Number of pages 40	Language of publication: Finnish
		Permission for web publication: X
Title of publication <b>Mother's experiences of breastfeeding</b>		
Degree programme Degree programme in nursing		
Supervisor(s) Tainen, Elina		
Assigned by		
<p>Description</p> <p>Culture and the related breastfeeding culture are changing along with values and attitudes. For this reason, it is sensible and important to produce research information regarding breastfeeding and the breastfeeding culture.</p> <p>The purpose of the thesis was to describe the Finnish breastfeeding culture as experienced by mothers. The aim was to obtain information about factors in the environment and society that either support or hinder breastfeeding. With the help of results, professionals can promote breastfeeding and the breastfeeding culture.</p> <p>This thesis was implemented as qualitative research using an online survey in the closed Äitylit Facebook group. According to the results, breastfeeding is a comprehensive entity affected not only by personal experiences and feelings and but also by the attitudes of the environment and society as well as by the support coming from society and the immediate family. In addition, mothers feel pressures related to breastfeeding and to public breastfeeding in particular, which is a reflection of the expectations of society and the environment towards breastfeeding.</p>		
Keywords ( <u>subjects</u> ) Breastfeeding, culture, breastfeeding culture, nursing, environment, feelings, experiences, society		
Miscellaneous		

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Imetys .....</b>	<b>4</b>
2.1	Imetys käsitteenä .....	4
2.2	Imetyssuositukset.....	5
2.3	Imetys vastasyntyneen ravinnonlähteenä .....	6
<b>3</b>	<b>Imetyskulttuuri Suomessa .....</b>	<b>8</b>
3.1	Historia imetyskulttuurin taustalla.....	10
<b>4</b>	<b>Julki-imetys .....</b>	<b>12</b>
<b>5</b>	<b>Opinnäytetyön toteutus .....</b>	<b>13</b>
5.1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite .....	13
5.2	Laadullinen tutkimus .....	14
5.3	Kohderyhmä .....	14
5.4	Aineistonkeruu .....	15
5.5	Aineiston analyysi.....	16
<b>6</b>	<b>Tutkimustulokset.....</b>	<b>18</b>
6.1	Kokemukset ja tunteet imettämistä Suomessa.....	18
6.1.1	Imetyskokemukseen liittyvät tunteet .....	18
6.1.2	Imetykseen liittyvät kokemukset .....	19
6.2	Imetykseen suhtautuminen suomalaisessa yhteiskunnassa .....	19
6.2.1	Tunteita miten yhteiskunta suhtautuu imetykseen .....	20
6.2.2	Imetysasenteet .....	21
6.2.3	Imetyksestä luovutaan liian helpolla.....	23
6.2.4	Julki-imetystä ei sallita.....	23
6.3	Ympäristön ja yhteiskunnan imetykseen tukevat tekijät.....	24
6.3.1	Yhteiskunta ja ympäristö ei tue imetystä .....	24

6.3.2	Yhteiskunta, ympäristö ja läheiset tukevat imetystä .....	25
6.3.3	Ammattihenkilöiden, apuvälineiden ja ympäristön tarjoama tuki .....	25
6.4	Ympäristön ja yhteiskunnan imetystä haittaavat tekijät .....	27
6.4.1	Imetyksestä luodaan paineita ja julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan .....	27
6.4.2	Imetyksen tuijottaminen ja puheeksi ottaminen .....	27
6.4.3	Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa tilojen ja ilmaston puolesta ..	28
<b>7</b>	<b>Pohdinta.....</b>	<b>29</b>
7.1	Tulosten tarkastelu.....	29
7.2	Opinnäytetyön eettisyys .....	32
7.3	Opinnäytetyön luotettavuus .....	33
7.4	Johtopäätökset.....	35
7.5	Jatkotutkimusehdotukset.....	36
	<b>Lähteet .....</b>	<b>37</b>
	<b>Liitteet .....</b>	<b>39</b>
	Liite 1. Kyselyohje .....	39
	Liite 2. Saate verkkokyselyyn Äitylit internet-yhteisössä .....	40
	Liite 3. Luokittelutaulukko .....	41

## Taulukot

Taulukko 1. Esimerkkejä alkuperäisilmauksien pelkistämisestä .....	17
--	----

# 1 Johdanto

Imetystä on tutkittu paljon lääketieteellisestä, psykologisesta, ravitsemuksellisesta, sosiaalisesta ja kansantieteellisestä näkökulmasta. Tutkimukset ovat osoittaneet, että imetys on ravitsemuksellisesti parasta ravintoa imeväisikäiselle lapselle. Se edistää lapsen terveyden lisäksi myös äidin terveyttä. Rintaruokinta ja imettäminen edesauttavat lisäksi äidin ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen syntymistä. (Koskinen 2008, 19- 20.) Imetyksen tulisi olla aina vastasyntyneen ensisijainen ravitsemusmuoto, sillä se sisältää kaiken sen, mitä ihmislapsi elämänsä ensimmäisen puolen vuoden aikana tarvitsee (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2016,64). Maailman terveysjärjestön laatimat imetyssuositukset perustuvat edellä mainittuihin etuihin ja terveysvaikutuksiin (Uusitalo, L., Nyberg, H., Pelkonen, M., Sarlio-Lähteenkorva, S., Hakulinen-Viitanen, T. & Virtanen, S. 2012, 12).

Suomessa imetys on lisääntynyt vuoden 1970- vuoden notkahduksen jälkeen, mutta täysimetys kuuden kuukauden ikään asti täyttyy vain 1-2% kohdalla (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2016, 64). Imetykseen vaikuttavat sosioekonomiset tekijät, mutta myös alueelliset ja paikalliset erot ovat suuria. Alueilla, joissa imetystä tuetaan suunnitelmallisesti, ovat imetysluvut keskimääräistä parempia (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 42).

Suomalaisten imetysasiantuntijoiden mukaan asenteet imetystä kohtaan ovat Suomessa muun Euroopan mukaan myönteiset, mutta imettäviä äitejä näkyy julkisissa tiloissa silti vähän. Imetys mielletään herkästi yksityisasiaksi ja imettävän äidin henkilökohtaiseksi ominaisuudeksi, johon ei voida ulkopuolelta vaikuttaa. Vähäisetkin imetyskulttuuria koskevat selvitykset viittaavat siihen, että äidin resurssien riittämättömyys roolipaineiden keskellä ja julki-imetyksen ongelmat lyhentävät ja haittaavat imetystä. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 38- 39.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata suomalaista imetyskulttuuria äitien kokemana. Opinnäytetyön tavoitteena on nostaa esiin ympäristöstä ja yhteiskunnasta imetystä tukevia ja haittaavia tekijöitä. Saatujen tietojen avulla ammattihenkilöt voivat jatkossa edistää imetystä ja parantaa imetysolosuhteita Suomessa.

## 2 Imetys

Maailman terveysjärjestön, World Health Organisation (WHO) mukaan imetys on ihanteellisin tapa tarjota imeväisikäiselle lapselle kasvua ja kehitystä turvaavaa ravintoa. Maailmanlaajuisena terveyden edistäjänä WHO suosittelee rintamaitoa ainoana ravinnonlähteenä vastasyntyneelle lapselle tämän ensimmäisten kuuden kuukauden ajan. Vaikka imetys on luonnollista, on se myös opittu tapa. Lähes kaikki äidit voivat imettää, mikäli he saavat imetykseen tukea ja tarpeeksi tietoa imetyksestä. (WHO 2003, 8.)

### 2.1 Imetys käsitteenä

Imetyskäsitteen määritelmä saa lähteestä riippuen erilaisia sävyjä. Lääketieteelle on tyypillistä määritellä imetys ravitsemuksen näkökulmasta, jolloin maito on funktionaalinen elintarvike (Aittokoski, Hultti, Malka & Salokoski 2009, 55). Concise Oxford English dictionary (Pearsall 2002, 172) määrittelee imetyksen vauvan ruokkimiseksi rinnasta saatavalla maidolla sekä vauvan ruokailuksi rinnalla. Teos Lääketieteen termit (Niensted 2002, 243) taas nisäkkäille ominaiseksi ruokintatavaksi, jolloin vastasyntynyt ruokitaan maitorauhasten tuottamalla eritteellä. Termiä rintaruokinta on käytetty imetyksen rinnalla. Rintaruokinta käsittää lapsen passiivisena osapuolena, jonka näläntarve tyydytetään kun taas imetyksessä lapsi on täysivaltainen aktiivinen osapuoli (Ruohonen 2003, 5).

Täysimetys tarkoittaa vastasyntyneen ruokkimista ainoastaan äidinmaidolla, tämän lisäksi annetaan D-vitamiinia sekä mahdollisia lääkkeitä ja pieniä määriä vettä. Ositaisimetyksessä vauva saa äidinmaidon lisäksi äidinmaidonkorviketta, sosetta tai esi-

merkiksi kliinisiä ravintovalmisteita. Lisäruuat ja kiinteät ruoat tulevat ravitsemukseen mukaan lapsen kasvun myötä noin neljän – kuuden kuukauden iässä niin täysimetetyillä kuin äidinmaidonkorvikettakin saaneilla lapsilla. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2016, 63-64.)

Aittokoski (2009) kuvaa imetystä ruokkimisen lisäksi välittämisen ja ihmissuhteen muodoksi. Ruohonen (2003) kuvaa imetystä äidin ja lapsen psykologisen suhteen keskeiseksi tekijäksi. Myös tässä opinnäytetyössä imetys käsitetään ravinnon tarjoamisen lisäksi kokonaisvaltaisen vuorovaikutuksen ja positiivisen riippuvuussuhteen muodoksi.

## 2.2 Imetyssuosituks

Maailman terveysjärjestö ja UNICEF ovat yhdessä laatineet maailmanlaajuisen strategian, Global strategy for infant and young children, joka käsittelee vastasyntyneiden ja nuorten lasten ravitsemusta. Strategian tavoitteena on kiinnittää maailmanlaajuisesti huomio vastasyntyneiden ja pienten lasten ravitsemustilaan ja ravitsemustapoihin. Sen tavoitteena on myös tukea lasten kasvua, kehitystä ja parantaa imeväisten ja pikkulasten selviytymistä. Strategia perustuu tutkimustietoon, jonka pohjalta on huomattu, että ruokintakäytännöillä on elämän ensimmäisten kuukausien ja vuosien aikana ratkaiseva rooli terveyden kehittämisessä. Varsinkin rintaruokinnan puute on suuri riskitekijä, joka lisää pienten lasten sairastavuutta ja kuolleisuutta. Vuosittain 10,9 miljoonaa alle viisivuotiasta lasta kuolee, näistä kuolemista 60 % johtuu suoraan tai välillisesti sopimattomista ruokintakäytännöistä, ruuan puutteesta tai vääräntäytelystä. Enintään 35 % maailman lapsista saa pelkkää rintamaitoa ensimmäisten neljän elinkuukauden aikana. (WHO 2003, 5.)

Suomessa ravitsemussuosituks



vuoden ikään asti. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2016, 64.) Maailman terveysjärjestö WHO suosittelee myös kuuden kuukauden täysimetystä, mutta sen mukaan imetystä tulisi jatkaa ainakin kahden vuoden ikään asti (WHO, 2014). Suomessa kuitenkin vain 1-2 % lapsista täysimetetään kuuden kuukauden ikään saakka. Suomalainen imettää lastaan keskimäärin 7 -8 kuukautta, josta täysimetyksen kesto on vain kaksi kuukautta. Suuri osa lapsista saa lisämaitoa jo elämänsä ensimmäisinä päivinä. (Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos 2016, 64.)

Imetyksen suojelemiseksi ja imetyksen elvytykseksi pohdittiin 1970-luvun lopulla uusia keinoja. Ensimmäinen tehokas suojelukeino oli vuonna 1981 hyväksytty Kansainvälinen äidinmaidonkorvikkeiden markkinointikoodi. Maailman terveysjärjestön laatiman markkinointikoodin tarkoituksena on säädellä äidinmaidonkorvikkeiden, tuttipullojen, tuttien ja muiden imetykseen vaikuttavien välineiden markkinointia. Koodin tavoitteena on lisäksi varmistaa imeväisikäisten turvallinen ja riittävä ravitsemus, joka tapahtuu ensisijaisesti imetyksen kautta. Mikäli imetys ei ole mahdollista, tulee lapsen kasvu ja kehitys turvata parhaalla mahdollisella tavalla vaihtoehtoisella ravinnolla. (WHO 1981, 6.) Suomessa äidinmaidonkorvikkeiden mainontaa säädellään Kauppa- ja teollisuusministeriön asetuksella; Kauppa- ja teollisuusministeriön päätös äidinmaidonkorvikkeesta ja vierotusvalmisteesta 485/1997. Asetuksen mukaan korvikkeita ei saa mainostaa, myydä alennuksella tai jakaa ilmaiseksi. (Kauppa- ja teollisuusministeriö, 2006.)

## 2.3 Imetys vastasyntyneen ravinnonlähteenä

Äidinmaito sisältää kaikki tarvittavat ravintoaineet lapsen ensimmäisten kuuden elin-kuukauden ajaksi, vain D-vitamiinia tulee antaa Suomessa ravintolisänä. Äidinmaito sisältää valkuaisaineita, hiilihydraatteja, rasvaa ja vitamiineja riittävästi vastatakseen lapsen normaaliin kasvuun. Äidinmaidon koostumus muuttuu lapsen gestatioiän, maidonerityksen vaiheen, imetystiheyden ja rinnan täysinäisyyden mukaan. Esimerkiksi ennenaikaisesti synnyttäneen äidin maito vastaa paremmin pienipainoisen vastasyntyneen tarpeita ravintoainekoostumukseltaan. Äidinmaito riittää turvaamaan

riittävän nesteytyksen myös poikkeuksellisissa tilanteissa, kuten kuumeessa tai kuumalla ilmalla. (Koskinen 2008, 34- 35.)

Ihmislapsi on syntyessään keskeneräinen ja täysin riippuvainen aikuisen tarjoamasta hoivasta. Äidinmaidossa ravintoaineet ovat helposti imeytyvässä muodossa ja ne tukevat lapsen kehitystä parhaalla mahdollisella tavalla. Äidinmaitokorvikkeiden pääraaka-aine, lehmänmaito sisältää ihmismaitoon verrattuna enemmän valkuaisaineita ja rakentavia hivenaineita, mutta samanaikaisesti ne ovat huonommin imeytyviä. Esimerkiksi lehmänmaitopohjaisen korvikkeen raudasta imeytyy 7 %, kun taas äidinmaiton raudasta imeytyy 50 %. (Aittokoski ym. 2009, 37.) Rasvaa molemmat maidot sisältävät suunnilleen yhtä paljon, mutta ihmismaito sisältää viisinkertaisen määrän terveellisiä monityydyttämättömiä rasvahappoja. Valkuaisaineiden määrä on lehmänmaidossa vastasyntyneelle liian korkea ja sitä poistetaan äidinmaitokorvikkeita valmistettaessa. Hiilihydraattien määrä taas on äidinmaitokorvikkeissa liian vähäinen. (Koskinen 2008, 38- 39.)

Terveysten- ja hyvinvoinninlaitoksen selvitys Imeväisikäisten ruokinnasta Suomessa tutkii imetyssuositusten toteutumista Suomessa viiden vuoden välein. Viimeisimmässä Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen selvityksessä Imeväisikäisten ruokinta Suomessa 2010 (2012, 20) alle kuukauden ikäisistä lapsista täysimetettyjä oli 47 %, osittaisimetettyjä 45 % ja 8 % ei imetetty lainkaan. Sosiaali- ja terveysministeriön suositus kuuden kuukauden täysimetyksestä toteutuu Suomessa huonosti. Kuutta kuukautta lähestyvien lasten ikäluokassa 9 % oli täysimetettyjä, 57 % osittaisimetettyjä ja 34 % ei imetetty ollenkaan. Verrattuna aikaisempaan selvitykseen Imeväisikäisten ruokinta Suomessa vuonna 2005, täysimetys oli kuitenkin yleistynyt alle neljän kuukauden ikäisillä lapsilla sekä pitkä kokonaisimetys yleistynyt. (Uusitalo ym. 2012, 41.) Jotta imetysluvut saataisiin kasvuun, tulisi synnytysyksiköissä ja neuvoloissa olla yhteinen toimintasuunnitelma, jossa on huomioitu koko imetyksenaikainen hoitoketju. Omalla alueella saatavasta imetystuesta olisi saatava tietoa varhaisessa vaiheessa neuvoloissa ja viimeistään synnytyssairaaloissa. (Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos 2016, 64.)

Lapsentahtinen imetys antaa lapselle mahdollisuuden kuunnella omaa luontaista ravinnontarvettaan, tällöin lapsi oppii säätelemään aktiivisesti ruuan määrää ja tämän on havaittu mahdollisesti ehkäisevän ylipainoa myöhemmin elämässä. Rinnan imeminen vaatii lapselta enemmän lihastyötä ja edistää kasvojen alueen kehitystä, jolloin esiintyy myös vähemmän purentavirheitä ja puheterapian tarvetta. (Koskinen 2008, 39- 41.) Imetyksen ja lähellä hoivaamisen on tutkimuksissa todettu lyhentävän hengityskatkoja ja vähentävän kätkytkuoleman riskiä (Aittokoski ym. 2009, 47: Järvinen 2009).

Imetys edistää lisäksi synnytyksestä ja raskaudesta toipumista. Oksitosiinin vaikutuksesta kohtu supistuu, kohtutulehduksen riski laskee sekä verenvuoto vähenee. Oksitosiini ja prolaktiini ovat keskeisimmät imetykseen osallistuvat hormonit. Oksitosiini lisää myös äidin kiintymystä lapseen ja edistää ihmislapselle välttämättömän hoiva-suhteen muodostumista. Tutkimuksissa on havaittu imetyksen vähentävän aikuistyyppin diabeteksen, rinta- ja munasarjasyövän sekä osteoporoosin riskiä. Imetyksen kestolla on yhteys imetyksen positiivisiin terveysvaikutuksiin, mitä pidempi imetysaika sen suuremmat hyödyt. (Koskinen 2008, 41- 42.)

### 3 Imetyskulttuuri Suomessa

Kulttuuri on määritelty tietyn ihmisryhmän tai kansakunnan tavaksi, saavutukseksi, hallinnolliseksi järjestelmäksi sekä yhteisöä koskevaksi ihmisten älylliseksi ilmaisumuodoksi (Pearsall 2002, 348).

Eri lähteistä on löydettävissä termit imetyksen kulttuuri sekä imetyskulttuuri. Yhteiskunnassa on havaittavissa imetyskulttuuria, ei vain imetystä koskevia yhtäläisyyksiä, jotka muodostavat imetyksen kulttuurin. Imetyskulttuuri on sekoitus vanhentuneeseen tietoon perustuvia uskomuksia, perimätietoa ja uutta tutkimustietoa. Yhteiskunnan enemmistö yhdessä auktoriteettien kanssa päättää, mitkä tavat hyväksytään ja muodostaa niistä yhteisen näkemyksen. Äidit ovat

tottuneet imettämään vallitsevassa imetyskulttuurissa. Imetyskulttuuri voi kuitenkin kehittyä ja muuttua niin äitien kuin yhteiskunnankin aloitteesta. (Ruohonen 2003, 4.)

Imetyskulttuuri ei ole irrallaan muusta kulttuurista, vaan se kytkeytyy vallitsevaan yhteiskuntaan ja ympärillä olevaan maailmaan monin eri tavoin. Imetykseen vaikuttavat maailmanlaajuiset ilmiöt, yhtä lailla kuin läheisten tarjoama tuki (Aittokoski 2009, 12). Länsimaiseen ja täten myös suomalaiseen imetyskulttuuriin vaikuttaa vahva mielikuva länsimaisesta ihannevuuvasta, joka on itsenäinen, säännöllinen, hyvin yönsä nukkuva lapsi, joka syö määrättyinä aikoina. Tämä mielikuva on kuitenkin epärealistinen ja aiheuttaa usein ristiriitoja tuoreiden vanhempien keskuudessa. (Koskinen 2008, 19- 20.)

Suomessa imetetään muita Pohjoismaita vähemmän. Naapurimaassamme Ruotsissa lähes jokainen synnytyssairaala on mukana Maailman terveysjärjestön ja UNICEF:in vauvamyönteisyys-ohjelmassa. Kymmenen askelta onnistuneeseen imetykseen on vauvamyönteisyys-ohjelman ja imetysohjauksen laadunseurannan pohja. Se sisältää kymmenen konkreettista askelta, jotka edistävät imetyksen onnistumista. Suomessa näitä vauvamyönteisyysohjelman sertifioituja synnytyssairaaloita on neljä; Lohja, Hyvinkää, Vaasa ja Helsingin Kätilöopisto. (Terveystieteiden tutkimuskeskus, 2014.) Sairaala tarjoaa vastasyntyneelle äidille turvaa ja ammattilaisten tuen uuden elämänvaiheen alussa. Samanaikaisesti sairaala voidaan kokea kliiniseksi ja vieraaksi paikaksi, jolloin äidit mieltävät imetyksen helposti suoritukseksi, jossa pitää onnistua (Ruohonen 2003, 26).

Tutkimusten mukaan suomalaiset äidit ovat hyvin motivoituneita imettämään, mutta silti kansalliset tavoitteet täysimetyksestä täyttyvät harvoin. Imeväisikäisten ruokinta Suomessa (2012, 22) selvityksessä osittaisimetyksen määrä Suomessa oli lisääntynyt. Osa suomalaisista saattaakin pyrkiä osittaisimetykseen tietoisesti täysimetyksen sijaan (Koskimäki, Hannula, Rantanen, Kaukonen, Rekola & Tarkka 2012, 10).

Myös naisten roolit vaikuttavat imetykseen. Yhteiskunta asettaa naisille useita päälekkäisiä rooleja, joihin naisten tulee odotusten valossa vastata mahdollisimman hyvin. Tämä asettaa naiset ristivetoon, jossa naisella tulisi olla rajaton määrä resursseja. Naisten tulisi olla äitejä, vaimoja, työntekijöitä, itsenäisiä naisia ja ystäviä samalla kun he huolehtivat vastasyntyneestä lapsestaan. Näiden erilaisten odotusten keskellä äitien on pystyttävä rakentamaan oma äitiytensä. On siis itsestään selvää, että äitiyden ja imetyksen kehittyminen ottaa vaikutteensa ympäröivästä kulttuurista ja asenteista. (Aittokoski ym. 2009, 15.)

Kulttuurissamme vallitseva vahva työkulttuuri vaikuttaa myös imetykseen. Työnteon ja imetyksen yhdistämisestä on tehty Suomessa hankalaa. Tähän ovat syynä kodin ja työpaikkojen pitkät välimatkat, lyhyet tauot ja se, ettei lapsen tuontia työpaikalle pidetä soveliaana (Aittokoski ym. 2009, 20). Kulttuureissa, joissa tuetaan äitejä ja äidille ja vauvalle annetaan aikaa levätä ja keskittyä toisiinsa rauhassa synnytyksen jälkeen imetetään myös pidempään. Näissä kulttuureissa myös työnteon ja imetyksen yhdistäminen on helpompaa kuin suomalaisessa kulttuurissa (Aittokoski ym. 2009, 21).

Useissa kulttuureissa vastasyntynyt äiti on ollut perinteisesti erityisasemassa. Näissä kulttuureissa vastasynttäneiden naisten ei ole tarvinnut huolehtia kotiaskareista, vaan he ovat voineet viettää aikaa kahdestaan uuden lapsensa kanssa muiden huolehtiessa taloudesta. Tämä on auttanut äitiä imetyksen opettelussa ja uuden roolin omaksumisessa. Myös Suomessa on esiintynyt vastaavaa rotinaperinnettä, etenkin Suomen Itäosissa. (Niemelä 2006, 91- 92.)

### 3.1 Historia imetyskulttuurin taustalla

Jotta ymmärtäisimme tämän päivän ilmiöitä ja suhtautumista, tulee meidän reflektoida näkemyksiämme historiasta. Historian ymmärrys voidaan valjastaa osaksi nykyhetken tulkintaa. Historian avulla voimme analysoida nykykulttuurin ja yhteiskunnan välisiä ilmiöitä ja suhteita, sillä ne syntyvät ja ilmenevät aina erilaisten asiayhteyksien

seurauksena. Näin ajatellen historia ei ole itseisarvo, vaan se toimii nykyhetken jäsentämisen välineenä ja avaa meille erilaisia näkökulmia ja tapoja käsitellä asioita. Kriittisen historiatietoisuuden avulla voidaan paremmin hahmottaa kulttuuriympäristöä ja sen merkitystä. (Kalhama, P., Kitola, A., & Valamies M, n.d.)

Ennen 1900- lukua ei rintamaidolle ollut laadukkaita ja turvallisia korvikkeita. Mikäli imetys ei ollut jostain syystä mahdollista, ainoa vaihtoehto oli, että joku toinen imettää lasta. Imettäjien käyttö vastasyntyneiden ravinnonlähteenä on ollut normaalia ihmiskunnan historian aikana. Varsinkin teollistuminen ja naisten siirtyminen kotoa työelämään lisäsi imettäjien käyttöä. Imettäjien käytöllä on ollut myös asema statussymbolina. Varsinkin ylempiluokkaiset ja rikkaat perheet ottivat lapsilleen usein imettäjän, joka toimi samalla lastenhoitajana. Kun imetyksen ehkäisevä vaikutus saavutti ihmisten laajemman tiedon, imetysaikaa haluttiin lyhentää. Tällöin lapsia oli mahdollista saada lyhemmällä aikavälillä. (Koskinen 2008, 10.)

Imetyksen kesto lyhenyi ja imetyksen määrä väheni varsinkin 1900- luvulla. Tähän vaikutti suuresti lastenlääkärien suosittelemat käytännöt, jotka ohjasivat äitejä ruokkimaan lapsiaan kellonaikojen mukaisesti. Lastenlääkärien opit levisivät ensin yläluokkien keskuudessa kaupungeissa, mutta pian opit saavuttivat myös muut väestöryhmät. Nämä ohjeistukset vähensivät äitien imetyskertoja, joka vaikutti maidon haurumiseen ja määrään. Tällöin sai alkunsa myös uskomus vähämaitoisista äideistä ja maidon yhtäkkisestä loppumisesta. (Koskinen 2008. 10.)

Varsinkin sotien aiheuttama yhteiskunnallinen muutos vaati naisia siirtymään miesten työtehtäviin, joten lapsivuodeajat jäivät lyhyeksi ja rajoittivat näin imetyksen kestoa (Koskinen 2008, 11). 1900- luvun alussa synnytykset alkoivat siirtyä sairaaloihin. 1950- luvulla suurin osa synnytyksistä tapahtui sairaaloissa, jolloin synnytys sai sairauden kaltaisen leiman. Tästä alkoi synnytysten ja imetyksen medikalisoituminen. Medikalisoitumisen vuoksi äidit ja vastasyntyneet erotettiin toisistaan sairaalassa muun muassa hygieniaan vedoten. (Ruohonen 2003, 26.)

1970- luvulla imetysluvut olivat alhaisimmillaan. Tällöin markkinoille tulivat myös teollisesti valmistetut äidinmaidonkorvikkeet. Äidinmaitoon verrattuna korvikkeiden

uskottiin olevan yhtä hyvä, tai jopa parempi vaihtoehto lapsen ruokkimiseen. Edes terveydenhuollon ammattilaiset eivät kannustaneet äitejä imettämään. Pian kuitenkin huomattiin, että korvikeruokitut lapset alkoivat sairastaa imetettyjä lapsia enemmän. Tämä johti kampanjointiin, jonka tavoitteena oli edistää imetystä ja saada imetysluvut suuremmiksi. (Koskinen 2008, 11.)

Tiedon saannin helpotuttua, on imetyksen perintötietouden siirtyminen äidiltä tyttärille ja naisilta naisille katkennut. Teollistuminen ja kulttuurin muutokset ovat tehneet yhä suuremman kuilun äitien ja lasten välille. Ennen lapset kulkivat äitien mukana peltotöissä tai töitä tehtiin kotona. Jos äiti ei voinut hoitaa työskennellessään lapsiaan, löytyi yhteisöstä joku, joka pystyi huolehtimaan lapsista. Suuren perheyhteisön mureneminen ydinperheiksi on ollut keskeinen imetyksen kestoon vaikuttava tekijä. Imetyksen tuki on supistunut laajasta yhteisöllisestä tuesta muutamaankin lähienkilöön. (Niemelä 2006, 22- 23.)

## 4 Julki-imetys

Kulttuurissamme, jossa länsimainen ajattelutapa on normi, herättää imetys paljon tunteita. Länsimainen tapa suhtautua varsinkin naisen rintoihin seksuaalisena objektina aiheuttaa ristiriitaisia ja kielteisiä asenteita julki-imetystä ja pitkää imetystä kohtaan. Tämä luo oman haasteensa imetykseen ja siihen, kuinka yhteiskunta siihen suhtautuu (Koskinen 2008, 20). Julkista imetystä on verrattu yleisesti tuomittaviin asioihin, kuten itsensä paljastamiseen ja imettäviä äitejä onkin kutsuttu itsekkäiksi, koska he häiritsevät imetyksellään muita. Tällaiset mielipiteet kertovat siitä, kuinka vieraantunut käsitys ihmisillä on imetyksestä. Imetykseen tulisi suhtautua luonnollisena ravitsemuskeinona, eikä mahdollisuutena vilautteluun tai epäsovivaan käytökseen pienen lapsen varjolla. (Niemelä 2006, 122.)

Kulttuurissamme vallitseva käsite tilasta vaikuttaa myös vahvasti imetykseen. Kulttuurissamme tila on jaettu vahvasti yksityiseen ja julkiseen tilaan. Julkista tilaa edus-

taa valta, raha ja maskuliinisuus. Tämä juontaa aikaan, jolloin miehet tyypillisesti hallitsivat julkista tilaa työelämässä ja päätöksenteossa. Ajan saatossa patriarkaatti eli miesten hallitseva asema yhteiskunnassa on vähentynyt, mutta maskuliininen valta kätkeytyy yhä instituutioihin, symboleihin ja normeihin. (Ruohonen 2003, 12.) Yksityinen tila taas kuului naisille. Yksityiseen tilaan liitetään vahvasti feminiinisyys, pehmeys, tunteet, lämpö ja haavoittuvuus. Naisten lisäksi myös lapset ja imetys liitettiin kuuluvaksi yksityiseen tilaan. Tämä ajattelutapa elää yhä, ja sen voi havaita julki-imetyksen aiheuttamana hämmennyksenä julkisilla paikoilla. (Aittokoski ym. 2009, 19.)

Myös median kautta saatu kuva vaikuttaa imetykseen. Median avulla voidaan vaikuttaa ihmisten asenteisiin laajasti ja tehokkaasti. Imetyksen edistämässä mediaa olisi hyödynnettävä internetin ja kirjallisuuden kautta visuaalisesti entistä tehokkaammin imetysasenteiden muokkaamisessa (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2009, 39).

## 5 Opinnäytetyön toteutus

### 5.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata suomalaista imetyskulttuuria äitien kokemanä. Opinnäytetyön tavoitteena on nostaa esiin ympäristöstä ja yhteiskunnasta imetystä tukevia ja haittaavia tekijöitä. Tämän avulla ammattihenkilöt voivat jatkossa edistää imetystä ja parantaa imetysolosuhteita Suomessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaiseksi äidit kokevat imetyskulttuurin Suomessa?
2. Mitkä asiat imetyskulttuurissa tukevat äitien imetystä?
3. Mitkä asiat imetyskulttuurissa haittaavat äitien imetystä?



## 5.2 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus tutkii yksittäistä ilmiötä ja todellista elämää, tässä tapauksessa äitien kokemuksia imetyskulttuurista. Mitä vähemmän ilmiöstä tiedetään, ja mitä vähemmän siitä on ennako-oleuksia, sitä todennäköisempää on valita laadullinen tutkimusmenetelmä. Laadullinen tutkimusmenetelmä on paras valinta silloin, kun ilmiöstä ei ole valmiita teorioita, tietoa eikä aikaisempaa tutkimusta. Laadullinen tutkimustapa valitaan myös silloin, kun halutaan saada ilmiöstä uusia teorioita, syvällinen näkemys ja hyvä kokonaiskuvaus aiheesta. (Kananen 2008, 32.) Tässä opinnäytetyössä laadullinen tutkimus on toimiva tutkimusmenetelmä, sillä tietoa imetyskulttuurista kerätään suoraan tarkoituksenmukaisesti valitulta kohderyhmältä - äideiltä. Aiheen aikaisempi tutkimattomuus puoltaa myös laadullisen tutkimusmenetelmän valintaa.

## 5.3 Kohderyhmä

Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavien valinnalla on suuri merkitys. Tavoitteena on valita tutkimukseen juuri ne yksilöt, joilla asiasta omakohtainen kokemus (Kananen 2008, 46). Kohderyhmä on valittu tarkoituksenmukaisesti. Kohderyhmäksi valittiin äitejä, joilla on omakohtaisia kokemuksia imetyksestä. Tarkemmaksi kohderyhmäksi valikoitui Äitylit-ryhmän äidit. Äitylit on Facebookissa oleva suljettu yhteisö, joka koostuu äideistä ja äidiksi haluavista naisista. Yhteisössä oli aineistonkeruu hetkellä 15 808 jäsentä.

Nimensä mukaisesti yhteisö on tarkoitettu vertaistueksi äideille, raskaana oleville ja raskautta suunnitteleville naisille. Yhteisö on aktiivinen ja uusia viestiketjuja äitiyteen liittyen syntyy päivittäin. Yhteisön naiset ovat eri ikäluokista ja elävät erilaisissa elämäntilanteissa ympäri Suomea ja ulkomaita. Yhteisö on avoin kaikille, mutta ylläpitäjät valvovat ryhmän jäseniä ja ryhmään pääsemistä. Ylläpitäjät myös seuraavat keskustelun laatua ja poistavat häiritsevästi käyttäytyvät ihmiset yhteisöstä. Verkkoyhteisön avulla saatiin laaja otanta erilaisia ja eri-ikäisiä äitejä ympäri Suomea.

## 5.4 Aineistonkeruu

Aineisto kerättiin kohderyhmältä verkkokyselyn avulla. Verkkokyselyllä tarkoitetaan internetin välityksellä tehtyä aineistonkeruuta kyselylomakkeen avulla (Heikkilä, Hupli & Leino – Kilpi 2008, 102).

Verkkokyselytutkimus on tärkeä tapa kerätä tietoa mielipiteistä ja ilmiöistä. Kyselytutkimuksessa tutkija esittää kysymyksiä kyselylomakkeen välityksellä, joista kerätään lopulta moniulotteinen kokoelma vastauksia suoraan vastaajilta. Tämä kokoelma sisältää mielipiteitä, joista voidaan muodostaa ryhmittelyn avulla mittareita kuvaamaan kutakin tutkimuskysymystä. (Vehkalahti 2008, 14.) Verkkoon luotu kyselylomake on tehokkain tapa saada vastauksia suoraan kohderyhmältä. Verkkokyselylomakkeen avulla vastauksia voidaan kerätä ympäri Suomea. Verkkokyselyn etuna on myös sen taloudellisuus, tämän lisäksi vastaukset ovat käännettävissä suoraan tiedostoiksi tutkijan käyttöön, jolloin aineiston manuaalinen syöttäminen jää pois. Tämä lisää myös aineiston luotettavuutta. (Aaltola & Valli 2007, 111.) Kysely on tiedonkeruumenetelmänä paras vaihtoehto tutkimuksen tavoitteen ja aikataulun vuoksi. Kyselyssä tutkittavilta kysytään samat kysymykset samalla tavalla ja samassa järjestyksessä (Vilkkä 2007, 27).

Kyselytutkimuksessa vastaaja nähdään tutkimustilanteessa subjektina, omakohtaisena kokijana. Tämä antaa hänelle mahdollisuuden tuoda itseään koskevia asioita esiin mahdollisimman vapaasti. Tällöin vastaaja toimii aktiivisena osapuolena ja luo aiheelle itse merkityksiä. Kyselytutkimus on hyvä valinta kartoitusmenetelmäksi silloin, kun tutkijalla ei ole etukäteen tietoa vastausten suunnasta tai voidaan etukäteen ajatella, että aihe saattaa tuottaa monitahoisia ja moniin suuntiin viittaavia vastauksia. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 35.)

Kysymykset laadittiin mahdollisimman avoimiksi, jolloin vastaajalla on mahdollisuus kuvailla kokemuksiaan ja mielipiteitään mahdollisimman värikkäästi tulematta johdatteluksi. Kysymykset luotiin sähköiseen Webropol- kyselytyökaluun, jonne vastaajat pääsivät internet-linkin avulla. Kyselyn oli tarkoitus olla avoinna viikon ajan, mutta jo

ensimmäisten kolmen päivän jälkeen kyselyalusta jouduttiin sulkemaan runsaan vastaajamäärän vuoksi. Kyselyyn osallistui yhteensä 143 vastaajaa. Vastausmateriaalia kertyi yhteensä 25 sivua, yhdellä sivulla oli vastauksia noin 26, riippuen vastausten pituudesta.

## 5.5 Aineiston analyysi

Tämä opinnäytetyö analysoitiin aineistolähtöisesti sisällönanalyysillä, joka on perinteinen ja käyttökelpoinen laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91). Sisällönanalyysin avulla aineisto voidaan käsitellä objektiivisesti ja systemaattisesti. Sen avulla aineisto saadaan järjestettyä yleisempään ja tiiviimpään muotoon, hävittämättä aineiston sisältämää informaatiota. Myöhemmin tämä mahdollistaa johtopäätösten teon (Tuomi ym. 2009, 103; 108).

Laadullisella aineiston analyysillä pyritään lisäämään informaatioarvoa, kun hajanaisesta aineistosta luodaan yhtenäinen ja mielekäs kokonaisuus. Tämä vaatii aineiston hajottamista, käsitteellistämistä sekä kokoamista uudelleen selkeämmäksi kokonaisuudeksi (Tuomi ym. 2009, 108). Sisällönanalyysia tehdessä tutkija pyrkii koko analyysin ajan ymmärtämään tutkittavia heidän omasta näkökulmastaan ja rakentamaan johtopäätökset loogisen päättelyn sekä tulkinnan kautta (Tuomi ym. 2009, 113).

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä on kolme vaihetta; aineiston pelkistäminen eli redusointi, aineiston ryhmittely eli klusterointi ja teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi. Analyysin ensimmäisessä vaiheessa saatuun aineistoon tutustutaan huolella ja vastauksia luetaan läpi useita kertoja. Seuraavaksi määritetään analyysiyksiköt tutkimuskysymysten ja aineiston pohjalta. Tämän jälkeen etsitään analyysiyksiköitä vastaavat ilmaiset ja nostetaan ne esiin alkuperäisestä tekstistä. (Tuomi ym. 2009, 108- 110). Tässä opinnäytetyössä kyselyvastaukset käytiin läpi useaan otteeseen, jonka jälkeen etsittiin tutkimuskysymyksiin sopivat alkuperäisilmaukset. Samankaltaiset ilmaukset merkittiin eri väreillä ja kerättiin tämän jälkeen erillisille papereille. Tässä opinnäytetyössä analyysiyksikköinä toimivat tutkimuskysymyksiin vastaavat kuvaavat lauseet ja ilmaukset.

Seuraavaksi alkuperäisilmaukset pelkistetään, säilyttäen kuitenkin vastausten olennainen sisältö. Alkuperäisilmausten pelkistämisen jälkeen pelkistetyt vastaukset ryhmitellään eli klusteroidaan. Ryhmittelyssä pelkistettyjä vastauksia vertaillaan, etsitään sisällöltään samankaltaiset vastaukset ja kootaan ne omiin alaluokkiinsa, jonka jälkeen alaluokat nimetään. (Kananen 2008, 95; Tuomi ym. 2009, 110.) Tässä vaiheessa sisällöltään samankaltaisia pelkistettyjä ilmauksia vertailtiin ja yhdistettiin sisällöltään vastaavat ilmaisut omiin alaluokkiinsa.

Kun sisällöltään samankaltaiset alaluokat yhdistetään toisiinsa, muodostuu yläluokkia. Kun luokkien muodostusta jatketaan edelleen muodostuvat lopulta pääluokat, jotka nimetään kuvaavasti kattamaan kaikki alemmat luokat. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 147- 149 ; Tuomi ym. 2009, 111-113.). Tässä opinnäytetyössä äitien alkuperäiset vastaukset pelkistettiin alla olevan taulukon (Taulukko 1.) mukaisesti. Aineistosta etsittiin tutkimuskysymyksiin vastaavia ilmauksia, jotka laitettiin omaan luokkaansa ilmauksen sisällön perusteella. Nämä tietyn sävyiset ilmaukset muodostivat alaluokkia. Alaluokkia yhdistelemällä muodostuivat yläluokat. Lopulta syntyivät vielä pääluokat. Alaluokat ja yläluokat nimettiin niiden sisältämien ilmausten positiivisten ja negatiivisten kokemusten ja tunteiden mukaan.

Taulukko 1. Esimerkkejä alkuperäisilmauksien pelkistämisestä

ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS
”Imetykseen painostetaan nykyään, ainakin ensimmäisellä neuvolakäynnillä.”	Imetykseen painostetaan
”Luonnollista. Oletusarvo on, että kaikki äidit imettäisivät. Harmi etteivät kaikki tajua että se vain ei ole kaikille äideille mahdollista. Imetys ei välttämättä onnistu, jos esim. vauva on kovin pieni syntyessään, tai maitoa ei tule äidiltä, tai muista syistä”.	Luonnollista  Oletusarvo on, että kaikki imettäisivät  Imetys ei välttämättä onnistu

## 6 Tutkimustulokset

Tulokset muodostuivat neljästä pääluokasta: kokemukset ja tunteet imettämisestä Suomessa, imetykseen suhtautuminen suomalaisessa yhteiskunnassa, ympäristön ja yhteiskunnan imetyksen tukevat sekä ympäristön ja yhteiskunnan imetystä haittaavat tekijät.

### 6.1 Kokemukset ja tunteet imettämisestä Suomessa

Kokemukset ja tunteet imettämisestä Suomessa muodostuivat kahdesta yläluokasta: imetyskokemukseen liittyvät tunteet sekä imetykseen liittyvät kokemukset.

#### 6.1.1 Imetyskokemukseen liittyvät tunteet

Imetyskokemukseen liittyvät tunteet muodostuivat kolmesta alaluokasta: helppoa ja luonnollista, häpeällistä ja noloa sekä painostavaa ja ahdistavaa.

Äidit kokivat imetyksen olevan **helppoa ja luonnollista**. Äidit kuvasivat, että imetys on luontainen tapa toimia, ja siihen suhtaudutaan Suomessa pääsääntöisesti suvaitsevaisesti ja neutraalisti. Lisäksi imettäminen on vapaata ja jokainen äiti voi itse tehdä päätöksen ja valinnan omasta imetyksestään.

Imetys koettiin samanaikaisesti kuitenkin **häpeälliseksi ja noloksi**. Häpeä ja tunne imetyksen noloudesta liitettiin imettämiseen muiden nähden.

Imetystä kuvattiin usein myös **painostavaksi ja ahdistavaksi**. Äidit kokevat, että imetykseen painostetaan ja sen seurauksena monet äidit kokevat ahdistusta imetyksen onnistumisesta. Imetystä kuvattiin myös vaivalloiseksi.

*Suomessa imettäminen on jotenkin häpeällistä. Monesti jos imetti julkisesti, sai muilta ihmisiltä todella paheksuvia katseita. Ja monesti tuntuu, että on ihan ok lopettaa imetys aikaisin, kuin että jatkaa niin pitkään että lapsi on taapero.*

*Arkaa. Häpeällistä. Noloa. Arvostettavaa. Äidillisyyttä nostavaa. Itse en kehdannut imettää kuin miehen seurassa. En vain kehdannut näyttää sitä muille, että imetän.*

### 6.1.2 Imetykseen liittyvät kokemukset

Imetykseen liittyvät kokemukset muodostui kahdesta alaluokasta: julki-imetys vaikeaa ja häpeällistä sekä julkisilla paikoilla mentävä piiloon imettämään.

Äitien mukaan varsinkin **julki-imetys koetaan vaikeana ja häpeällisenä**. Julkisilla paikoilla imettäminen koetaan vaivalloisena ja häpeällisenä. Äidit eivät uskalla imettää julkisesti, eikä rintojen paljastamista julkisella paikalla koeta luonnolliseksi. **Julkisilla paikoilla tulisi mennä piiloon imettämään**, suojautua katseilta, verhoutua tai poistua syrjäisään paikkaan imettämään.

*Suomessa kuuluu imettää rauhassa kotona, ja jos on pakko julkisella paikalla imettää pitää sinun vähintään verhoutua huivin/harson alle.*

*Ihmisten asenne imettämiseen on muuttunut enemmän negatiiviseksi ja julkisesti lasta imettävää äitiä katsotaan ehkä vähän kieroon. On mielestäni epäreilua, kun aikuiset saavat ruokailla rauhassa kahviloissa ym. Ilman kummia katseita, mutta vauvaa täytyisi mennä imettämään suljettuun tilaan, kuten vessaan*

## 6.2 Imetykseen suhtautuminen suomalaisessa yhteiskunnassa

Imetykseen suhtautuminen suomalaisessa yhteiskunnassa muodostui neljästä yläluokasta: tunteita miten yhteiskunta suhtautuu imetykseen, imetysasenteet, imetyksestä luovutaan liian helpolla sekä julki-imetystä ei sallita.

### 6.2.1 Tunteita miten yhteiskunta suhtautuu imetykseen

Tunteita miten yhteiskunta suhtautuu imetykseen, muodostui neljästä alaluokasta: myönteisesti ja suvaitsevaisesti, pakollista ja painostettua, huonosti ja kielteisesti sekä kaksijakoista ja ristiriitaista.

Vastanneiden mukaan yhteiskunta suhtautuu imetykseen yleisesti **myönteisesti ja suvaitsevaisesti**. Äidit kertovat, että imetykseen suhtaudutaan luonnollisesti ja neutraalisti, suurimmaksi osaksi hyvin.

Vastauksista tuli kuitenkin vahvasti esiin se, että imetykseen myös **painostetaan** ja sitä pidetään **pakollisena**. Äitien mukaan imetyksestä on luotu tiukat mielikuvat ja oletetaan, että kaikki imettäisivät.

*Tietynlaiset lataukset imettämisen hyvistä puolista ja eduista on saattaneet "painostaa" panostamaan imetykseen ja näin ollen olen arkaillut antaa tuttipullostani yhtään maitoa lapselleni. Paineet imetykseen ja sen onnistumiseen omalla kohdallani ovat olleet kovat.*

*Hoitohenkilökunta painostaa imettämään ja oletetaan että kaikki imettää.*

Vastanneiden mukaan imetykseen suhtaudutaan **huonosti ja kielteisesti**. Lisäksi äidit kokivat, että imetystä ja sen tärkeyttä väheksytään.

*Julkisella paikalla tapahtuvaa imetystä arvostellaan ja paikoin jopa paheksutaan. Imetyksestä on tehty liian iso numero, jonka onnistumista ja epäonnistumista tuntuu kaikilla olevan oikeus arvostella.*

Imetystä pidettiin myös **kaksijakoisena ja ristiriitaisena**. Äitien mielestä suhtautuminen imetykseen vaihtelee sallitusta kiellettyyn. Äitien mukaan puolet ovat sitä mieltä, että on pakko imettää ja toiset taas hyväksyvät korvikkeen vaihtoehtona imetykselle.

*Suomalainen yhteiskunta jakautuu mielestäni kolmeen ryhmään imetyksen suhteen. Ensimmäinen ryhmä on täysin imetyksen kannalla ja lasta on pakko imettää, vaikka rinnat ruvella.*

*Toinen ryhmä on taas imetystä jopa suoraan sanottuna vastustavia, liekö sitovuuden (ei itsenäisyyttä yms.) tai jonkun muun syyn vuoksi. Luen tähän useammin nuoria kuin vanhempia äitejä, ei kuitenkaan yleisty, että kaikki nuoret äidit suhtautuvat imetykseen näin.*

*Kolmas ryhmä on sitten enempi ”kävi miten kävi”-ajatuksella. Mielestäni myös ei-imettävä väestö jakautuu imetyksen suhteen lähes samalla tavalla. Joku hyväksyy esim. julkisen imetyksen, toinen ei, kolmannelle ei ole niin väliä kuka tekee ja mitä tekee.*

#### 6.2.2 Imetysasenteet

Imetysasenteet muodostuivat viidestä alaluokasta: imetyksen kesto on rajattua, imetys on tabu, pulloruokintaa normalisoidaan, pulloruokintaa tuomitaan sekä on huono äiti, jos ei imetä.

Äitien mielestä Suomessa kannustetaan imettämään, mutta **imetysten kesto on rajattua**. Liian pitkää, lähelle vuoden ikää kestävää imettämistä ja varsinkin taaperoimetystä vieroksutaan.

*Pitkään imetystä (jolla tarkoitan nyt vuoden ikään kestävää imetystä) on paheksuttu. On ilmoitettu että maito ei ole riittävä lisä muun ruoan ohella. Imetys on tarkoitettu pienille vauvoille. Olen vähätellyt muille äideille imetystä. Koska tuntui joskus että se loukkasi muita äitejä. Vaikka mielestäni olen tehnyt kovan työn imetyksen onnistumiseksi.*



*Imetystä kyllä aluksi kehutaan ja ihastellaan, mutta viimeistään nelikuisen pitäisi syödä jo kiinteitä ja puolivuotiaan juoda maitonsa tuttipullost. Korvikkeena. Jos imetät lähemmäs vuoden ikäistä, saatika vanhempaa, sinua pidetään todennäköisesti hulluna.*

Vastausten mukaan **imetystä pidetään** paikoin myös **tabuna**. Varsinkin taaperoimetus ja julki-imetus ovat tabuja, jotka herättävät paljon keskustelua ja huomiota.

*Täällä imetys on aika tabu asia minun mielestäni. Aina tuntuu et on saanut pyydellä anteeksi kun pienokaiselle on tullut näljä ja pitänyt imettää.*

Imetysasenteiden vuoksi **pulloruokintaa normalisoidaan** äitien mielestä, jotta se voitaisiin rinnastaa imetykseen yhtä hyvänä vaihtoehtona, eikä ketään loukattaisi.

*Ei imettävää syyllistetään helposti ja keskustelu imetyksestä on jotenkin kauhean kiihkomielistä ja korostaa minusta liikaa vain niitä yleisiä suosituksia ja imetyksen etuja vauvalle ja sen sijaan että keskusteltaisiin myös äidin hyvästä olosta ja sen merkityksestä vauvalle – tai siitä ettei se pulloruokinta ole sen huonompi vaihtoehto, varsinkaan jos sen on äidille luonnollisempi vaihtoehto*

Samanaikaisesti **pulloruokintaa** kuitenkin **tuomitaan**. Äidit jotka päättävät ruokkia lapsensa pullolla, kokevat olevansa tuomittuja ratkaisunsa vuoksi. Useiden vastanneiden mielestä äiti **on huono äiti, jos ei imetä**. Imetys kertoo monen vastanneen äidin mukaan hyvästä äitiydestä. Mikäli äidin imetys jää lyhyeksi, on hän vähemmän omistautuneempi lapselleen kuin pitkään imettävä äiti. Äidit, jotka eivät valitse imetystä lapsensa ravitsemusmuodoksi lainkaan, kokevat olevansa muiden silmissä huonompia äitejä.

*Itselläni maidontuotanto ei ollut riittävää, joten turvauduimme äidinmaidonkorvikkeeseen. Se haittasi paljon koska terveydenhuolto rinnasta korvikkeen käytön helposti huonoon äitiyteen.*

### 6.2.3 Imetyksestä luovutaan liian helpolla

Imetyksestä luovutaan liian helpolla muodostui kahdesta alaluokasta: ei imetetä ulkonäön vuoksi ja imetyksen suhteen luovutetaan liian herkästi.

Vastanneiden äitien mukaan yhä useampi äiti **ei imetä ulkonäön vuoksi**, jottei turmele sillä omaa ulkonäköään tai rintojansa. Monet kokivat myös, **että imetyksen suhteen luovutetaan liian herkästi** ja annetaan vastoinikäymisten edessä periksi liian helpolla.

*Ei kenenkään maito riitä noin isolle pojalle. Ei mitenkään, neuvolassakin hymähtelivät.*

*Olen huomannut, että nykyään monet äidit luopuvat imetyksestä oman ulkonäkönsä takia. Että ei haluta imettää kun rinnat lörpähtää. Nykyään ollaan liian ulkonäkökeskeisiä eikä imetyksestä kuuluisi missään nimessä luopua tällaisella perusteella. Äitejä pitäisi tukea enemmän imetyksasioissa.*

### 6.2.4 Julki-imetystä ei sallita

Julki-imetystä ei sallita koostui yhdestä suuresta alaluokasta: julki-imetys on paheksuttua ja tuomittavaa.

Julkinen imetys tuomittiin lähes jokaisessa verkkokyselyn kysymyskategoriassa. Äidit kokivat vahvasti, että julkinen imettäminen on paheksuttavaa ja tuomittavaa. Julkinen imetys koetaan rivoksi toiminnaksi, joka täytyy tehdä piilossa muilta. Imetyshetki ei saa haitata ympärillä olevia ihmisiä tai kiinnittää heidän huomiotaan. Osa äideistä

rinnasti julkisen imetyksen vastenmieliseksi toiminnaksi, jonka tarkoituksena on pelkäästään hakea huomiota paljastetuilla rinnoilla.

*Ehkä imettämisen normaaliutta ja luonnollisuutta voitaisiin enemmän korostaa julkisestikin niin, että yleinen asenne olisi myös miesten ja lapsettomien keskuudessa positiivisesti imetykseen suhtautuva ja että se ymmärrettäisiin vauvan tarpeena saada juuri silloin kun nälkä iskee, eikä äidin tarpeena paljastella rintojaan julkisesti.*

### 6.3 Ympäristön ja yhteiskunnan imetykseen tukevat tekijät

Ympäristön ja yhteiskunnan imetykseen tukevat tekijät muodostuivat kolmesta pääluokasta: yhteiskunta ja ympäristö ei tue imetystä, yhteiskunta, ympäristö ja läheiset tukevat imetystä sekä ammattihenkilöiden, apuvälineiden ja ympäristön tarjoama tuki.

#### 6.3.1 Yhteiskunta ja ympäristö ei tue imetystä

Yhteiskunta ja ympäristö ei tue imetystä muodostui kolmesta alaluokasta: ei tukea, yhteiskunta ei tue imetystä sekä neuvoloista ja sairaaloista ei saa tukea.

Äidit kertoivat vastauksissaan, että imetykseen **ei saatu tukea**. Äidit eivät olleet huomanneet erityistä tukea tai eivät olleet saaneet imetykseen tukea ollenkaan. Äidit kokivat myös, että **yhteiskunta ei tue imetystä**. Äidit kertoivat, ettei yhteiskunta tukenut imetystä ja että yhteiskunnalla on vielä imetyksen tukemisessa opittavaa. Tämän lisäksi äitien mielestä **neuvoloista ja sairaaloista ei saa tukea** imetykseen.

*Neuvolassa imetykseen ei juuri saa tukea. Tärkeintä on oma päätös ja halu imettää. Itselleni tärkeintä on ollut oman äidin antama esimerkki ja kannustus.*

*En koe että on tuettu imettämään. Olen itse opetellut ja ottanut asioista selvää. Olen joutunut puolustamaan imetystäni jopa neuvolaan.*

### 6.3.2 Yhteiskunta, ympäristö ja läheiset tukevat imetystä

Yhteiskunta, ympäristö ja läheiset tukevat imetystä koostui kahdesta alaluokasta: imetykseen tuetaan sekä läheisten antama tuki imetyksessä.

Äitien mielestä **imetukseen tuetaan**. Äidit kokivat, että imetykseen kannustetaan ja imettämistä suositellaan. Tämän lisäksi imetykseen opastetaan.

*Imetykseen kannustetaan ja rohkaistaan jo synnytysosastolla, sekä kerrotaan imetyksen hyvistä vaikutuksista vauvan terveyteen. Imetykseen liittyvistä ongelmista keskustellaan ja löytyy imetykseen tukea jne. jos apua tarvitsee. Myös muista äideistä on apua ja tukea.*

**Läheisten antama tuki** oli vahvasti esiin tuotu tukimuoto imetykselle. Puolisoiden, perheenjäsenten sekä läheisten ihmisten antama rooli tuotiin esille imetyksen tukemiseen liittyvissä asioissa. Monet naiset toivat esiin omien äitiensä kannustuksen ja esimerkin. Tämän lisäksi varsinkin puolisoiden rooli imetyksen tukemisessa korostui vahvasti.

*Lähipiiristä sain tukea imetykseen ja täysimetyksen epäonnistumisen tuomaan harmitukseen.*

*Oma perheeni on tukenut loistavasti. Yhteiskunta (lue: neuvola) on ollut asian suhteen melko neutraali, en koe, että olisin saanut hirveän paljon tukea yhteiskunnalta.*

### 6.3.3 Ammattihenkilöiden, apuvälineiden ja ympäristön tarjoama tuki

Ammattihenkilöiden, apuvälineiden ja ympäristön tarjoama tuki koostui kolmesta alaluokasta: ammattihenkilöiden imetyksen tukeminen, kodin ulkopuolisten fasilitteettien tuki sekä imetyksen tukiyhteisöt, apuvälineet ja säädökset.

**Ammattihenkilöiden imetyksen tukeminen** on ollut tärkeä osa yhteiskunnan ja ympäristön antamaa tukea imetykselle. Monet äidit kuvaavat neuvoloiden ja synnytys-sairaaloiden antamia ohjeistuksia tärkeiksi ja imetystä tukeviksi. Imetyksen tukemiseen on liitetty myös terveydenhuollon asetukset ja suositukset.

*Sairaalassa sai opastusta ja tukea ja kannustusta. Vaikka maito ei heti riittänyt vauvalle, annettiin lisämaitoa ilman moitteita ja opastettiin ja kannustettiin, että kyllä se maito nousee. Neuvolassa kyseltiin imetääkö ja onko kaikki mennyt hyvin.*

**Kodin ulkopuolisten fasilitteettien tuki** korostui imetysolosuhteiden, imetyspaikkojen ja julki-imetykseen liittyvissä asioissa. Äidit kertoivat, että Suomessa imettävät äidit on huomioitu varsinkin kauppakeskuksissa lastenhoituhuoneilla ja imetysnurkkauksilla. Imetys on mahdollistettu äitien mielestä monissa eri paikoissa.

**Imetyksen tukiyhteisöt, apuvälineet ja säädökset** koettiin myös imetystä tukevinä. Imetystukiryhmät, muiden äitien antama vertaistuki, imetyksen apuvälineet ja imetyksestä säädetty lait ja suositukset ovat tukeneet äitejä. Äidit toivat esiin sen, että nykyaikana internetistä löytyvä tieto on helposti saatavissa ja siitä on helppo etsiä apukeinoja omaan imetykseen. Myös Suomen pitkä vanhempainvapaa koettiin imetystä tukevana.

*Lastenhoitoon tarkoitetuilla tiloilla, imetysnurkkauksilla. Neuvolassa kovasti kannustetaan, mutta myös ymmärretään asiaan liittyvät vaikeudet. Vertaistukiryhmiäkin löytyy pilvin pimein sekä tietoa niin kirjallisena kuin sähköisenä. Lastentuotteita myyvät liikkeet tukevat myös imetyksen onnistumista esim. imetystyynyin ja muiden apuvälineiden myötä.*

## 6.4 Ympäristön ja yhteiskunnan imetystä haittaavat tekijät

Ympäristön ja yhteiskunnan imetystä haittaavat tekijät muodostui kolmesta yläluokasta: imetyksestä luodaan paineita ja julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan, korvikkeen antamiseen kannustettu, imetyksen tuijottaminen ja puheeksi ottaminen sekä imetyspaikkojen löytäminen vaikeaa tilojen ja ilmaston puolesta

### 6.4.1 Imetyksestä luodaan paineita ja julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan

Imetyksestä luodaan paineita ja julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan muodostuivat kolmesta alaluokasta: imetykseen painostetaan ja siitä luodaan paineita, julki-imetystä paheksutaan sekä korvikkeen antamiseen kannustettu.

Useat äidit kertoivat vastauksissaan, että **imetykseen painostetaan ja siitä luodaan paineita**. Äidit kokivat, että imetykseen painostetaan asettamalla liikaa paineita.

Tämän **lisäksi julki-imetystä paheksutaan**. Äitien mukaan julki-imetystä pidetään liian rivona toimintana ja sitä paheksutaan. Tämän lisäksi julkisilla paikoilla imettämistä pidetään hankalana.

Äidit toivat vastauksissaan esille myös sen, että **korvikkeen antamiseen on kannustettu**. Äitejä on kehoitettu lopettamaan imettäminen ja antamaan sen sijasta korviketta.

### 6.4.2 Imetyksen tuijottaminen ja puheeksi ottaminen

Imetyksen tuijottaminen ja puheeksi ottaminen koostui kahdesta alaluokasta: paheksuvat katseet ja tuijottaminen sekä imetyksestä uteleminen ja kysely.

**Paheksuvat katseet ja tuijottaminen** koettiin imetykskulttuuria haittaavina. Äidit kertoivat, että imetystä on tuijotettu, osoiteltu sormella ja katsottu paheksuen.

*Ihmisten suhtautuminen julkiseen imetykseen, tuijotetaan ja kuiskitaan. Pahimmassa tapauksessa tullaan kommentoimaan. Neuvolassa esiköisen kanssa ainoa kommentti mitä terveydenhoitaja imetyksestä mainitsi oli kehoitus lopettaa imetys kun lapsi oli JO yli vuoden.*

**Imetyksestä uteleminen ja kysely** koettiin myös loukkaaviksi. Äidit kertoivat, että imetystä on ihmetelty ja kommentoitu ääneen tilanteissa, joissa se on koettu epämu-  
kavaksi.

#### 6.4.3 Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa tilojen ja ilmaston puolesta

Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa tilojen ja ilmaston puolesta muodostui kahdesta alaluokasta: imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa ja ilmaston rajoittava vaikutus imetykseen.

**Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa** äitien mielestä. Imetykseen sopivien, rauhallisten paikkojen löytämistä pidettiin hankalana ja vaikeana. Tämän lisäksi **ilmaston rajoittava vaikutus imetykseen** kuvastui äitien vastauksista. Äidit kertoivat, että kylmä sää on rajoittanut imettämistä, eikä imetys ole onnistut viileän ilmaston vuoksi.

*Suomen ilmasto, eli ulkona pystyi imettämään ainoastaan aurinkoisina kesäpäivinä, mutten oli liian kylmää tai tuulista.*

## 7 Pohdinta

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata suomalaista imetyskulttuuria äitien kokemana. Tavoitteena oli saada tietoa imetyskulttuurista sekä äitien omakohtaisista kokemuksista, joiden avulla voidaan kartoittaa yhteiskunnasta ja ympäristöstä imetystä tukevia ja haittaavia tekijöitä. Tämän kautta ammattihenkilöt voivat edistää imetystä ja parantaa imetysolosuhteita jatkossa.

Opinnäytetyön tulosten perusteella voidaan todeta, että imetys on laaja-alainen ja monitahoinen ilmiö, jonka jokainen kokee yksilöllisesti omalla tavallaan. Tuloksista on nähtävissä, että ympäristö, yhteiskunta ja kulttuuri vaikuttavat voimakkaasti imetyskokemukseen ja sen sisältämiin tunteisiin. Opinnäytetyön tulokset osoittavat, että imetys jakaantuu myönteisten ja kielteisten kokemusten lisäksi positiivisiin ja negatiivisiin tunteisiin.

Imetykseen suhtautuminen liittyy moniin yhteiskunnallisiin ja kulttuurisiin tekijöihin. Nämä tekijät koskettavat kaikkia yhteiskuntaan osallisena olevia ihmisiä. Esimerkiksi imetyksen keston vaikuttavat lähiyhteisön ja yhteiskunnan tuki, imetyksen synnyttämät mielikuvat, mainonta, käsitykset julkisesta ja yksityisestä tilasta sekä näkemykset imetyksen sopivuudesta. Usein nämä käsitykset vaihtelevat eri kulttuureissa ja voivat muuttua olosuhteiden muuttuessa, jolloin myös imetysasenteisiin voidaan vaikuttaa. Imetysasenteet välittyvät helposti sukupolvelta toiselle, joten imetysasenteita muokataan jo varhaisessa vaiheessa lapsen kasvuiässä. Jotta imetysasenteiden muutokseen voitaisiin vaikuttaa parhaimmalla mahdollisella tavalla, tulisi ajantasaista tietoa imetyksestä tarjota jo perusopetuksen opetussuunnitelmassa, esimerkiksi terveystiedon opetuksessa ja kiinnittää huomiota nuorille suunnattujen medioiden mainontaan. (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 38-39).



Suomalaisten imetysasiantuntijoiden mukaan asenteet imetystä kohtaan ovat muun Euroopan tavoin myönteiset, mutta imettäviä äitejä näkyy suomalaisessa kulttuurissa julkisissa tiloissa silti vähän. Vähäisetkin imetyskulttuuria koskevat selvitykset ovat viitanneet siihen, että julki-imetyksen ongelmat lyhentävät imetyksen kestoa ja haittaavat imetystä (Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 38- 39). Tämä kuvastui myös äitien vastauksista. Äidit toivat esille, ettei julki-imetystä sallita Suomessa, tämän lisäksi julki-imetystä pidetään paheksuttavana. Äidit kertoivat, että imettäessään julkisella paikalla, on heitä osoiteltu ja tuijotettu. Tämän lisäksi imetyksestä on tultu valittamaan äidille suoraan tai imetystä on muuten kommentoitu. Varsinkin ikääntyneemmät ihmiset ovat äitien mukaan osoittaneet paheksuntaa julkista imetystä kohtaan.

Mikäli imetyksen edistäminen ja imetysasenteiden huomioiminen aloitettaisiin varhaisemmassa vaiheessa, jo nuoruudessa, voitaisiin imetysasenteita tulevaisuudessa muuttaa kenties suotuisammiksi. Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan median avulla voidaan vaikuttaa ihmisten asenteisiin imetyksestä ja välittää siihen liittyvää tietoa. Imetyksen edistämässä tulisikin hyödyntää monipuolisesti esimerkiksi internetiä ja muita visuaalisia keinoja. (Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 39). Tällä hetkellä seksuaalisuus on vahvasti läsnä mediassa, populaarimusiikissa sekä mainonnassa. Tästä syystä yhteiskuntaa pidetäänkin usein yliseksualisoituneena ja mediaa erotisoituneena (Mannerheimin lastensuojeluliitto, 2015). Myös äidit toivat esille julki-imetykseen liitettävän seksuaalisuuden, joka liitetään rintojen paljastamiseen julkisesti.

Opinnäytetyön tulosten mukaan äidit kokivat, että imetykseen tuetaan ja kannustetaan. Tämän lisäksi imettämistä Suomessa pidettiin luonnollisena ja neutraalina. Vaikka imetystä pidetään tuettuna, neutraalina ja kannustettuna, on kiinnitettävä huomiota siihen, miksi kuitenkin vain 1% lapsista täysimetetään kuuden kuukauden ikään saakka, kuten Maailman terveysjärjestö WHO ja Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos suositaa (WHO, 2014; Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos 2016, 64). Opinnäytetyön tutkimuksessa äidit toivat esille, että julki-imetyksen lisäksi taaperoimetys on

yleisesti ottaen paheksuttavaa ja imetys on äitien mukaan kestoltaan tarkkaan rajattua. Äitien mukaan yksivuotiaan tai sitä vanhemman lapsen imettämistä paheksutaan. Taaperoimettaessään äidit ovat saaneet neuvoloista ja lähipiiristä imettämisen lopettamiseen liittyviä kehotuksia, vaikka Maailman terveysjärjestö WHO:n kansallisen suosituksen mukaan imetys on suositeltavaa kahteen ikävuoteen asti (WHO 2003, 8).

Äidit toivat vastauksissa esiin, että imetys koetaan joskus vaikeana ja hankalana sekä painostettuna. Äidit kuvasivat läheisten ihmisten tuen vahvasti imetystä tukevaksi tekijäksi. Varsinkin omien äitien ja puolisoitten rooli imetyksen tukijoina tuotiin vahvasti esille. Mikäli neuvoloista tai synnytysairaaloista ei saatu tarpeeksi tukea, saatiin sitä ystäviltä ja läheisiltä. Terveys- ja hyvinvoinnin laitoksen raportin (Uusitalo ym. 2012, 44) mukaan onnistuminen imetyksessä edellyttää jo raskausaikana perheen ja äidin valmistamista tulevaan imetykseen. Tämä vaatii perheen tukemista ja yhtenäisiä ohjauskäytäntöjä jo ennen synnytystä sekä tiiviimpää tukemista vauvan ensimmäisten elinviikkojen aikana. Neuvoloissa ja synnytysairaaloissa annetun imetysohjauksen tulisi olla yhtenäistä ja johtoviivaista. Myös läheisten ihmisten, kuten puolison ja isovanhempien huomiointi ja informointi voivat auttaa äitiä imetyksen onnistumisessa. Puutteelliset tiedot imetyksestä ja siihen negatiivisesti vaikuttavat tekijät voivat johtaa siihen, että imetys koetaan vaikeana. (Terveys- ja hyvinvoinnin laitos 2009, 61.) Läheisten tarjoaman tuen lisäksi äidit kokivat kauppakeskusten ja kodin ulkopuolisten puitteiden tarjoamat imetyspaikat- ja nurkkaukset imetystä tukeviksi ja edistäviksi. Imetystukiryhmät, imetystukipuhelin, apuvälineet ja pitkä vanhempainvapaa sekä äitiysloma kuvattiin yhteiskunnan ja ympäristön puolelta imetystä tukeviksi tekijöiksi. Terveys- ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan alueilla, joissa imetystä tuetaan suunnitelmallisesti, ovat imetysluvutkin keskimääräistä parempia. Terveys- ja huollon tukitoimet ja yleiset käytänteet vaikuttavat imetyksen yleisyyteen ja tästä syystä imetyksessä esiintyykin alueellisia ja neuvolakohtaisia eroja (Uusitalo ym. 2012, 12). Tällä voidaan selittää myös äitien tutkimustuloksissa esiin tuomat kokemukset neuvoloiden ja synnytysairaaloiden imetystuen määrän ja laadun vaihteluista.

## 7.2 Opinnäytetyön eettisyys

Tieteellinen tutkimus voi olla eettisesti luotettavaa ja hyväksyttävää, ja sen valossa tehdyt tutkimukset luotettavia ainoastaan silloin kun tutkimus on suoritettu tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla. Hyvien tieteellisten käytäntöjen ohjeistusten noudattaminen on myös itsesääätelyä, jolla on laissa säädetyt rajat. Huolellisuus, tarkkuus ja rehellisyys ovat tieteellistä tutkimusta tehdessä ensisijaisia lähtökohtia. Muiden asiantuntijoiden tekemää työtä tulee kunnioittaa ja teoksiin tulee viitata asianmukaisesti ja tarkasti (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6; Liite 4.)

Opinnäytetyön aiheen valintaan liittyy eettisiä kysymyksiä ja näkökulmia. Opinnäytetyön tekijän täytyy selvittää ennen opinnäytetyöprosessin aloittamista, mikä on opinnäytetyöstä saatu hyöty ja tarkoitus, ja pohtia sen eettisiä vaikutuksia. Pelkästään aiheenvalintaprosessi on tutkimuseettinen kysymys. Myös opinnäytetyötä koskevien ihmisten yksityisyyden ja oikeuden turvaaminen ovat tutkimuseettisiä asioita. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Aineistonkeruuvaiheessa opinnäytetyön tekijältä edellytetään eettisesti oikeita toimintatapoja. Työvaiheet ja -menetelmät tulee dokumentoida täsmällisesti ja huolellisesti. Kerätty aineisto pysyy opinnäytetyön tekijän ja tämän ohjaajien välisenä materiaalina (Opinnäytetyön eettiset suositukset, n.d). Tämän opinnäytetyön aineistonkeruu suoritettiin Webropol- verkkotyökalulla, johon äidit saivat kirjoittaa mielipiteensä suoraan sellaisena kuin haluavat. Opinnäytetyössä käytettiin mahdollisimman paljon alkuperäislainauksia luokiteltujen vastausten tukena, jotta opinnäytetyön välittämä tieto olisi mahdollisimman luotettavaa. Opinnäytetyötä tehdessä lähdemerkinnät ja viittaukset tehtiin Jyväskylän ammattikorkeakoulun antamien raportointiohjeiden mukaisesti, joka lisää myös työn eettisyyttä ja luotettavuutta. Opinnäytetyön lähteiksi valittiin mahdollisimman luotettavia tuoreita artikkeleita ja tutkimuksia sekä Suomesta että kansainvälisistä lähteistä.

Ihmisiin liittyvissä tutkimuksissa keskeisenä lähtökohtana on, että ihmistä kunnioitetaan. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkittavien ihmisten yksityisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja vahingoittumattomuutta varjellaan. Aineistonkeruussa tulee huomioida anonyymiteetin säilyminen niin, ettei tutkittavien henkilöiden identiteetti paljastu tutkimusten tuloksissa (Kuula 2011, 60-61; Heikkilä ym. 2008, 117). Tämän opinnäytetyön tutkimus suoritettiin anonyyminä verkkokyselynä, jolloin henkilön ei tarvinnut paljastaa itsestään mitään henkilötietoja. Tutkimukseen osallistuville laadittiin saatekirje, jossa käytiin lävitse tutkimuksen tarkoitus. Saatekirjeessä kerrottiin, että osallistuminen tutkimukseen on vapaaehtoista ja se suoritetaan annetun internet-linkin kautta. Vastaamalla kyselyyn, tutkimukseen osallistuva henkilö hyväksyi osallistumisen tutkimukseen ja kerätyn tiedon hyödyntämisen opinnäytetyön tutkimuksessa.

### 7.3 Opinnäytetyön luotettavuus

Mielipiteiden, arvojen ja asenteiden tutkiminen ei ole helppoa. Tutkimusta varjostavat useat epävarmuustekijät, kuten saatiinko vastauksia tarpeeksi kattavasti ja mittasivatko kysymykset todella tutkittua aihetta. Osa haasteista liittyy myös itse tiedonkeruuseen ja tekniseen toteutukseen (Vehkalahti 2008, 14). Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa pyritäänkin huomioimaan, onko tutkimuksella pystytty keräämään totuudenmukaista tietoa (Kylmä & Juvakka 2007, 127).

Tämän opinnäytetyön aineisto kerättiin verkkokyselyn avulla, jonka kyselylomake sisälsi avoimia kysymyksiä. Avointen kysymysten avulla varmistetaan, ettei mitään tutkimuksen kannalta olennaista tietoa jäisi havaitsematta. Avointen kysymysten laadinnassa pyrittiin olemaan huolellisia, sillä ne ovat onnistuneen tutkimuksen perusta. Eniten virheitä tutkimustuloksiin aiheuttaa kysymysten vääränlainen asettelu. Tässä opinnäytetyössä kysymykset pyrittiin pitämään mahdollisimman laajoina, jotta ne eivät johdattelisi vastauksia mihinkään suuntaan. Yksiselitteiset, ei-johdattelevat kysymykset ovat parhaita kysymyksiä kyselyä suorittaessa. (Valli & Perkkilä 2015, 85.) Tämän opinnäytetyön kyselylomakkeen kysymykset pohjautuivat äitien omiin kokemuksiin, ilman valmiiksi asetettuja ennako-oletuksia. Vastauksia työstettiin suoraan

kyselytyökalun ympäristössä, joten tutkimukselle oleellista informaatiota ei hävitetty eri vaiheiden aikana.

Tutkimuksen uskottavuus toteutuu, kun tutkimukseen osallistuvat tahot on kuvattu riittävän kattavasti ja kerätyn aineiston totuudenmukaisuus on arvioita. Oleellista on myös, onko tutkijan tekemä aineiston käsitteellistäminen vastannut tutkittavien käsityksiä (Tuomi ym. 2009, 138- 139). Tutkimuksen edetessä monipuoliset ja tarkat kuvaukset vahvistavat tutkimuksen uskottavuutta (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Uskottavuutta lisää myös se, että tutkija on riittävän pitkän ajan tutkittavan ilmiön kanssa ja perehtyy aineistoon pitkään (Kylmä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003, 613). Tämän opinnäytetyön teossa käytettiin äitien alkuperäisten vastauksien lainauksia tuomaan lisää uskottavuutta ja painoarvoa tutkimukselle. Lisäksi opinnäytetyön kyselyn alkuperäisvastauksiin perehdyttiin pitkään.

Tutkijan reflektiivisyys aineistolle on osa luotettavuutta. Reflektiivisyydellä tutkija voi itse vaikuttaa tai olla vaikuttamatta aineiston tulkintaan omien asenteidensa ja mielialpiteidensä kautta. (Kylmä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003, 613.). Tutkimuksen aikaista oman työn kriittistä tarkastelua ja sen jatkuvaa kehitystä kutsutaan reflektiivisyydeksi (Tuomi ym. 2009, 138-139). Reflektiivisyys edellyttää, että tutkija on tietoinen omista lähtökohdistaan ja ennakkoasenteistaan tutkimuksen tekijänä (Kylmä & Juvakka 2007, 129). Opinnäytetyön tekemisessä pyrittiin toimimaan hyvien tieteellisten käytänteiden mukaan ja pyrittiin minimoimaan ennakkokäsitysten vaikutus opinnäytetyön lopputulokseen.

Tutkimuksen vahvistettavuudessa varmistetaan tutkimuksen totuusarvo ja sovellettavuus (Tuomi ym. 2009, 138- 139). Vahvistettavuus on haastava kriteeri laadullisen tutkimuksen luotettavuuden osoittamisessa, sillä toinen tutkija ei välttämättä päädy samaan lopputulokseen, vaikka käytettävissä olisikin sama tutkimusaineisto (Kylmä ym. 2007, 129). Tässä opinnäytetyössä vahvistettavuutta lisää se, että vastausten luokittelusta luotiin opinnäytetyön loppuun taulukko, jonka perusteella jokainen voi nähdä tutkimustulosten syntymisprosessin alusta loppuun asti.

Tutkimuksen siirrettävyys mahdollistaa tulosten siirrettävyyden ulkopuoliseen, tutkimuskontekstia vastaavaan ympäristöön (Tuomi ym. 2009, 138-139). Tutkimukseen osallistunut kohderyhmä pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman hyvin, jotta tutkimuksen siirrettävyys muihin tilanteisiin voidaan arvioida myös jatkossa. Tutkimuksen luotettavaa siirrettävyyttä lisää myös se, että äitien alkuperäiset vastaukset ovat verkkokyselytyökalussa edelleen saatavilla.

## 7.4 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tutkimustulokset tiivistettiin kolmeen johtopäätökseen. Nämä kolme johtopäätöstä muodostuivat äitien esiin nostamista kokemuksista imetykseltä ja imetyksestä Suomessa.

1. Ympäristö, yhteiskunta ja kulttuuri vaikuttavat voimakkaasti imetykokemukseen ja sen sisältämiin tunteisiin. Imetykseen suhtautuminen muodostuu monista yhteiskunnallisista, kulttuurisista sekä ympäristöllisistä tekijöistä sekä asenteista.
2. Äidit kokevat imetyksestä paineita. Nämä paineet tulevat äideille useasta suunnasta odotusten ja erilaisten suositusten kautta. Tämän lisäksi julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan, mikä koetaan myös painostavana ja imetystä haittaavana.
3. Onnistunut imetys ja positiiviset imetykokemukset vaativat tukea yhteiskunnalta, ympäristöltä, kulttuurilta sekä lähipiiriltä. Nämä kaikki vaikuttavat myös positiivisen imetykseltä syntymiseen.

## 7.5 Jatkotutkimusehdotukset

Imetyskulttuuri muuttuu ja elää koko ajan, siksi myös imetyksen tutkimiseen tulisi perehtyä ja panostaa tulevaisuudessa enemmän. Imetyskulttuuria koskevaa tutkimusaineistoa ei löydy Suomesta eikä kansainvälisistä lähteistä paljoa. Koska vallitsevat käsitykset ja ilmiöt muuttuvat ja jatkavat muuttumistaan yhä nopeampaa tahtia, olisi mielenkiintoista tutkia, miten imetyskulttuuri nähdään esimerkiksi muutaman vuoden päästä ja miten se näkyy imetyksen toteutumisessa ja suositusten noudattamisessa Suomessa. Mielenkiintoinen jatkotutkimusaihe olisi myös se, jossa tutkitaan mitkä ilmiöt vaikuttavat imetykseen globaalissa mittakaavassa, joko imetystä tukvasti tai haittaavasti sekä miten imetystä haittaavien ilmiöiden leviämistä voitaisiin tulevaisuudessa ennaltaehkäistä.

## Lähteet

Aittokoski, M., Huitti-Malka, R. & Salokoski, M. 2009. Imetyksen aika – uusi suomalainen imetysskirja. Riika: InPrint

Hannula, L. 2003. Imetysnäkökymykset ja imetyksen toteutuminen. Suomalaisten synnyttäjien seurantatutkimus. Väitöskirja. Turun Yliopisto. Yliopistopaino Helsinki.

Hasunen, K., Kalavainen, M., Keinonen, H., Lagström, H., Lyytikäinen, A., Nurttila, A., Peltola, T. & Talvia, S. 2004. Lapsi, perhe ja ruoka. Imeväis- ja leikki-ikäisten lasten, odottavien ja imettävien äitien ravitsemussuositus. Sosiaali- ja terveysministeriö. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=28707&name=DLFE-3555.pdf&title=Lapsi\\_\\_perhe\\_ja\\_ruoka\\_fi.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3555.pdf&title=Lapsi__perhe_ja_ruoka_fi.pdf)

Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. 7. uud.p. Helsinki: Edita.

Hirsjärvi, S., Hurme H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 18. painos. Porvoo: Bookwell Oy.

Kajaanin ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyön eettiset suositukset. N.d. Viitattu 17.3.2017. <http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Opinnaytetyoprosessi/SoTeLi/Opinnaytetyoprosessi/Eettiset-suositukset>

Kalhama, P., Kitola, A., & Walamies, M. Kulttuurikasvatuksen konteksteja ja määritteilyä. N.d. Viitattu 17.3.2017. [http://www.tmikitola.net/index\\_files/kulttuurikasvatustartikkeli.pdf](http://www.tmikitola.net/index_files/kulttuurikasvatustartikkeli.pdf)

Kauppa- ja teollisuusministeriö. Kauppa ja teollisuusministeriön asetus äidinmaidonkorvikkeesta ja vieroitusvalmisteesta. 2006. Viitattu 17.3.2017. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2007/20071216>

Koskinen, K. 2008. Imetysohjaus. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: vastapaino

Kylmä, J & Juvakka, T. 2007. Laadullinen terveystutkimus. Helsinki: Edita

Kylmä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003. Laadullinen terveystutkimus – Mitä, miten ja miksi?. Terveyskirjasto Duodecim. Viitattu 29.3.2017. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo93495.pdf>



- Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2015. Nuoret, seksuaalisuus ja media. Viitattu 5.4.2017. [http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/lapset\\_ja\\_media/nuoret-seksuaalisuus-ja-media/](http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/lapset_ja_media/nuoret-seksuaalisuus-ja-media/)
- Niemelä, M. 2006. Imetysopas. Hyvinvointia vauvalle ja äidille. Keuruu: Otava.
- Niensted, W. 2002. Lääketieteen sanakirja. 4. uud. p. Helsinki:Duodecim
- Pearsall, J. 2002. Concise Oxford English dictionary. 10. uud. p. New York: Oxford university press.
- Ruohonen, A-M, 2003. Mitä imetys on? Tutkimus suomalaisista imetysnäkemyksistä ja imetyskeskustelun poliittisuudesta. Pro gradu –tutkielma. Helsingin yliopisto, sosiaalipolitiikka, valtiotieteellinen tiedekunta.
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2016. Syödään yhdessä. Ruokasuositukset lapsiperheille. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy. [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129744/KIDE26\\_FINAL\\_WEB.pdf?sequence=1](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/129744/KIDE26_FINAL_WEB.pdf?sequence=1)
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2009. Imeväisikäisten ruokinta Suomessa 2010. Toimintaohjelma 2009 – 2012. 32/2009. Helsinki: Yliopistopaino <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79980/98969f64-05de-41d9-9aa6-7e34d8d6d6ba.pdf?sequence=1>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 3.4.2017. [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 4.uud. p. Helsinki: Tammi.
- Uusitalo, L., Nyberg, H., Pelkonen, M., Sarlio-Lähteenkorva, S., Hakulinen-Viitanen, T. & Virtanen, S. 2012. Imeväisikäisten ruokinta Suomessa vuonna 2010. Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen raportti 8/2012. Helsinki: Juvenes Print <https://www.thl.fi/documents/10531/95751/Raportti%202012%208.pdf>
- Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Vammala: Tammi.
- World Health Organization. 2003. Global strategy for infant and young children. Viitattu 31.3.2017 <http://whqlibdoc.who.int/publications/2003/9241562218.pdf?ua=1>.
- World Health Organization. Infant and young child feeding. 2014. Viitattu 6.4.2017. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/en/>
- World Health Organization. 1981. International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes. Viitattu 22.3.2017. [http://www.who.int/nutrition/publications/code\\_english.pdf](http://www.who.int/nutrition/publications/code_english.pdf).

## Liitteet

### Liite 1. Kyselyohje

#### **Äitien kokemuksista imetyskulttuurista**

Kysely on osoitettu Äitylit- internetyhteisön äideille. Osallistuminen on vapaaehtoista. Täyttämällä kyselyn osallistut tutkimukseemme ja annat meille oikeuden käyttää vastauksiasi opinnäytetyössämme. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti, vastaaminen ei edellytä henkilötietojen antamista eikä yksittäistä vastaajaa voida tunnistaa. Jokainen vastaus on arvokas.

Kysely on avoinna 18.5.2014 asti. Kysely sisältää neljä avointa kysymystä imetyksestä, joihin voit vastata omin sanoin. Vastaaminen vie noin 10 minuuttia. Opinnäytetyömme tullaan julkaisemaan Theseus- julkaisuarkistossa osoitteessa <http://www.theseus.fi/>.

**Mikäli sinulla on kysyttävää, voit ottaa rohkeasti yhteyttä. Kiitos osallistumisestasi!**

Saara Rehn  
F9581@student.jamk.fi

Melina Ruotsalainen  
F9515@student.jamk.fi

Opinnäytetyön ohjaajat:

Helena Manninen  
helena.manninen@jamk.fi

Elina Tiainen  
elina.tiainen@jamk.fi

## Liite 2. Saate verkkokyselyyn Äitylit internet-yhteisössä

Olemme kaksi kätilö-opiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä imetyskulttuurista. Opinnäytetyöhön sisältyy tutkimus, johon toivoisimme teidän osallistuvan. Vastauksienne avulla saamme ainutlaatuista tietoa siitä, millaisena te äidit koette imetyskulttuurin. Imetyskulttuuri ympäröi meitä jokaista mutta sitä on tutkittu vähän, jokainen vastaus on siis tärkeä.

Kysely on osoitettu Äityleille. Kysely sisältää neljä avointa kysymystä. Kysely ei vaadi henkilötietojen luovuttamista ja vastaukset käsitellään anonymisti.

Oheisesta linkistä pääsette vastaamaan kyselyyn:

<https://www.webpolsurveys.com/S/4F57D16D619800F9.par>

Kiitos osallistumisestanne 😊

## Liite 3. Luokittelutaulukko

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Luonnollista Normaalialia Helppoa Arvostettua Avointa Neutraalia Vapaata Suvaitsevaista	Helppoa ja luonnollista	Imetyskokemukseen liittyvät tunteet	Kokemukset ja tunteet imettämisestä Suomessa
Häpeällistä Noloa Arkaa Hankalaa Vaivalloista	Häpeällistä ja noloa		
Ahdistavaa Painostetaan Tuputetaan Imetykseen painostetaan Painostettua Imetyksestä luodaan liikaa painetta	Painostavaa ja ahdistavaa		
Vaivalloista erityisesti julkisella paikalla Ei ole luonnollista kaivaa tissiä esiin muiden ihmisten nähden Äidit eivät uskalla imettää julkisesti Suomessa imettäminen häpeällistä	Julki-imetys vaikeaa ja häpeällistä	Imetykseen liittyvät kokemukset	
Julkisilla paikoilla imettämistä katsotaan melkein aina pahalla Julkisilla paikoilla äiti saa osakseen katseita Julki-imetystä ei näe Kaikki menivät piiloon imettämään Julkisella paikalla kuuluu verhoutua Pitää verhoutua	Julkisilla paikoilla mentävä piiloon imettämään		

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Positiivisesti Myönteisesti Luonnollisesti Neutraalisti Suurimmaksi osaksi hyvin Avoimesti Suvaitsevaisesti	Myönteisesti ja suvaitsevaisesti	Tunteita, miten yhteiskunta suhtautuu imetykseen	
Se on pakollista Tiukat mielikuvat siitä millaista sen tulee olla Imetykseen ei julkisesti kannusteta Hoitohenkilökunta painostaa imettämään ja oletetaan että kaikki imettää	Pakollista ja painostettua		
Huonosti Kielteisesti Väheksyen Ei hyvin	Huonosti ja kielteisesti		
Kaksijakoisesti Ristiriitaisesti Vaihtelee sallitusta kiellettyyn Puolet ovat sitä mieltä että on pakko imettää, puolet hyväksyvät korvikkeen	Kaksijakoista ja ristiriitaista		
Suomessa imetyksen kesto tarkkaan rajattu Jos joku imettää yli vuoden ikäistä lasta, niin äitiä pidetään outona ja sitä kauhistellaan Vanhemmat ihmiset karsastavat pitkää imetystä Ensimmäisen puolen vuoden jälkeen aletaan odottamaan lopettamista	Imetyksen kesto on rajattua	Imetysasenteet	Imetykseen suhtautuminen suomalaisessa yhteiskunnassa
Imetys on Suomessa tabu Imetys tuntuu olevan tabu Varsinkin vanhojen ihmisten mielestä julki-imetys on tabu Taaperoimetys on tabu	Imetys on tabu		
Pulloruokinnasta tulossa normaali lapsen syöttömuoto Yritetään pitää pulloruokintaa ”yhtä hyvänä” ettei loukattaisi ketään	Pulloruokintaa normalisoidaan		
Tuomitaan jos annat pulloa Tuomitsevasti niitä kohtaan, jotka tarjoavat lapselleen äidinmaidonvastiketta	Pulloruokintaa tuomitaan		
Mikäli et imetä, olet huono äiti Jos ei imetä leimataan, huonoksi äidiksi Hyvä äiti imettää Pitkään imettäneitä äitejä pidetään omistautuneempina kuin lyhyen aikaa imettäneitä. En halunnut imettää, olin huono äiti	On huono äiti, jos ei imetä		

Ihmiset katsovat korvikeäitejä pahalla			
Äidit luopuvat imetyksestä ulkonäkönsä vuoksi Äidit eivät imetä ettei rinnat mene pilalle	Ei imetetä ulkonäön vuoksi	Imetyksestä luovutaan liian helpolla	
Luovutetaan liian helposti Annetaan periksi liian aikaisin Äidit eivät tsemppaa itseään tarpeeksi imettämään	Imetyksen suhteen luovutetaan liian herkästi		
Imetykseen julkisella paikalla ei ole totuttu Julkisella paikalla katsotaan kiertoon Julki-imetys tuomitaan Paheksutaan julkisilla paikoilla imetystä Julkinen imettäminen kuohututtaa Julki-imetys kerää ihmetystä	Julki-imetys on paheksuttua ja tuomittavaa		

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
En mitenkään En millään tavalla En ole huomannut erityistä tukemista En saanut tukea Huonosti Melko huonosti En koe että on tuettu imettämään	Ei tukea	Yhteiskunta ja ympäristö ei tue imetystä	Ympäristön ja yhteiskunnan imetykseen tukevat tekijät
Yhteiskunta ei tukenut millään tavalla Yhteiskunta suhtautuu imetykseen pakkona Yhteiskunnalla on tukemisessa vielä opittavaa	Yhteiskunta ei tue imetystä		
Neuvolassa imetykseen ei juuri saa tukea Synnytyssairaalan imetysohjaus on olematonta Neuvola painosti ja sairaalassa hoitajat painosti imetykseen	Neuvoloista ja sairaaloista ei saa tukea		
Mielestäni hyvin Erittäin hyvin Melko hyvin Hyvin Todella kannustavasti Siihen tuetaan Siihen kannustetaan ja opastetaan Imettämistä suositellaan	Imetykseen tuetaan	Yhteiskunta, ympäristö ja läheiset tukevat imetystä	
Kotona mieheni kannustanut ja tsempannut Oma äiti ja isovanhemmat kannustivat Läheisilläni imetysmyönteinen asenne	Läheisten antama tuki imetyksessä		

Lähipiiristä sai tukea imetykseen ja täysimetyksen epäonnistumiseen Oma äiti tuki Sukulaiset, ystävät ja lähipiiri ymmärtää			
Neuvola ja synnytysairaala tukivat imetystäni hyvin Olen saanut neuvolasta neuvoja ja tukea silloin kun olen sitä tarvinnut Neuvolassa tuetaan imetystä jo ennen vauvan syntymää Terveystarkastus ja asetukset/suositukset tukevat hyvin	Ammattihenkilöiden imetyksen tukeminen		
Monissa paikoissa järjestetty imetysmahdollisuus Lastenhoitoon tarkoitetuilla tiloilla Imettää voi monissa paikoissa Ravintolatkin ovat imetysmyönteisiä Paljon löytyy hoitohuoneita Fasilitteetit kodin ulkopuolella	Kodin ulkopuolisten fasilitteettien tuki	Ammattihenkilöiden, apuvälineiden ja ympäristön tarjoama tuki	
Imetystukipuhelin Imetystukiryhmät Äitiysloma Pitkä vanhempainvapaa Apuvälineitä saatavilla	Imetyksen tukiyhteisöt, apuvälineet ja säädökset		

PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Ylimääräistä stressiä imetykseen painostamisesta Pakonomaista tuputtamista Kaikki painostaa Painostamalla ja aliarvioimalla Asettamalla liikaa paineita Paineita luomalla Painostava ympäristö	Imetykseen painostetaan ja siitä luodaan paineita		
Julki- imetystä paheksutaan Ihmisten suhtautuminen julkiseen imetykseen Julki-imetyksestä valitettiin Julkisissa paikoissa imetys liian ”rivoa” toimintaa Julki-imetyksestä marmattamalla Julkisilla paikoilla hankalampaa imettää Ainoa pelko oli julkinen imetys Yhteiskunta tuomitsee taaperoimetyksen	Julki-imetystä paheksutaan	Imetyksestä luodaan paineita ja julki-imetystä sekä taaperoimetystä paheksutaan	<b>Ympäristön ja yhteiskunnan imetystä haittaavat tekijät</b>

Taaperoimettämisen hyödyistä ei paljoa puhuta			
Korvikkeen antamiseen kannustettu Neuvola tuputti pulloa Anna jo se pullo	Korvikkeen antamiseen on kannustettu		
Tuijottamalla Tuijotetaan ja kuiskitaan Ihmisten paheksuvat katseet Tuijottaminen ja kritisointi haittaa imetyskulttuuria Ilkeillä ja halveksuvilla katseilla Ihmiset tuijottaa Epämääräiset katseet ja sormella osoittelut	Paheksuvat katseet ja tuijottaminen	Imetyksen tuijottaminen ja puheeksi ottaminen	
Utelemalla Kyselemällä Kommentoimalla Ihmettelemällä ääneen	Imetyksestä uteleminen ja kysely		
Rauhaisien paikkojen löytäminen on hankalaa Imetykseen sopivia tiloja on vähän	Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa	Imetyspaikkojen löytäminen on vaikeaa tilojen ja ilmaston puolesta	
Sää rajoitti imettämistä Suomen ilmasto Suomessa niin kylmä, ettei se aina onnistu Suomen kelit huonoja	Ilmaston rajoittava vaikutus imetykseen		